Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 22

КОНСУЛЬТАЦИЯ

в рамках работы консультативного пункта

«Мамина школа»

**В СЕМЬЕ ПОПОЛНЕНИЕ.**

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ДЕТСКОЙ РЕВНОСТИ.**

Педагог-психолог

Грязнова Ю.Г.

Ставрополь, 2022

*Пополнение в семье — событие, которое вызывает беспокойство и у взрослых, и у ребенка. И если родители рождения второго малыша ждут с радостным волнением, то для их первенца такая новость может стать причиной тревоги. Как облегчить его адаптацию к переменам?*

**Больше не единственный**

Главная проблема, с которой сталкиваются родители, - ревность старшего ребенка. Причем она может начаться еще до рождения второго малыша. Маленький ребенок настолько «настроен» на свою мать, что чувствует малейшие изменения в ее поведении и эмоциях. «В силу своей возрастной эгоцентричности любые изменения в окружающем мире ребенок склонен интерпретировать как что-то связанное с ним, - [объясняет](https://www.kanal-o.ru/news/12578) детский психолог Анна Скавитина. - Мама, обращающая чуть меньше внимания на малыша из-за того, что сосредоточена на происходящем внутри нее, воспринимается им так, словно она стала про него забывать и даже игнорировать, и ребенок пытается привлечь внимание разными, не всегда приятными для родителей, но зато действенными способами».

Детские чувства вполне можно понять - раньше все внимание взрослых принадлежало ему, и после появления второго ребенка он очень переживает из-за потери. Ведь первое время вся жизнь семьи крутится вокруг новорожденного.

Дети младше 3 лет, как правило, открыто выражают свое неудовольствие: они могут обижать малыша, обзываться, капризничать, не слушаться. А ребенок постарше может начать вести себя как маленький: перестать проситься в туалет, не есть и не одеваться самостоятельно.

**Что скрывает ревность?**

Ревность и возможная агрессия старшего ребенка обусловлены страхом. Страхом, что его больше не любят. «Родители завели себе нового ребенка», «Я им больше не нужен», «Они будут меня меньше любить или вообще не будут». Беспокойство нарастает особенно, если рождение второго ребенка совпадает с походом первого в детский сад. Тогда в голове у старшего четко выстраивается логическая цепочка: «Меня сдали, а себе родили нового. Я больше не нужен».

**Как справиться:** начните готовить старшего ребенка к переменам еще до появления брата/сестры на свет. «Не откладывайте надолго новость о том, что в семье появится малыш, - советует психолог. - Возможно, информация будет для ребенка не очень приятной, но все же даст ему понятное объяснение изменениям». Следует иметь в виду, что на осмысление услышанного малышу потребуется время. Кроме того, у него еще нет опыта появления в его жизни братьев или сестер, и он просто не знает, радоваться этому или нет.

Часто родители задаются вопросом, надо ли брать ребенка с собой на УЗИ, в женскую консультацию. По мнению психологов, не стоит включать малыша в реальность, которая не имеет к нему прямого отношения. Скорее, подобные походы добавят малышу тревоги, потому что он получит слишком много информации, трудной для понимания в силу возраста.

## Почему возникает стресс?

Если раньше в семьях было принято рожать много детей, то в XXI веке сложилась тенденция к воспитанию не более одного-двух. При этом единственный в семье ребенок, чувствующий себя уникальным, по выражению психолога Альфреда Адлера, при появлении другого младенца «падает с трона».

Рождение брата или сестры может вызвать сильный стресс у ребенка ясельного возраста (до 3 лет). Он вызван тем, что родители переключают свое внимание с малыша, который уже может ходить и есть самостоятельно, на новорожденного. При этом стресс будет сильнее, если дети одного пола.

«Малыш может почувствовать, что любят только маленьких, и совершать поступки, несвойственные его возрасту, - [поясняет](https://www.b17.ru/article/kak_podgotovit_rebenka_yaselnogo_vozrast/) ситуацию психолог Татьяна Бондаренко. — Он даже может начать часто болеть, чтобы получить внимание и любовь взрослых». Стресс может вызвать у ребенка чувство неуверенности в своих умениях и даже враждебности по отношению к брату/сестре из-за утраты прежнего чувства безопасности.

Результатом таких изменений у малыша может стать формирование авторитарности, консервативности, склонности к жесткому настаиванию на своем мнении в дальнейшем, стремлении поддерживать дисциплину и послушание окружающих людей любыми средствами.

**Как справиться:** родителям следует подготовить первенца к рождению брата/сестры. Взрослые могут придерживаться следующих правил.

1. Обеспечить расширение круга общения первенца с другими людьми, в первую очередь, родственниками, во вторую - со сверстниками.

2. Принимать участие в совместных играх с ребенком (например, «Магазин», «Деревня», «Зоопарк», разыгрывание сказок «Колобок», «Репка», «Теремок»), используя их для достижения педагогических целей, так как организованная и доведенная до конца игра с ребенком 1-3 лет способствует его физическому и умственному развитию, формированию нравственности, умению в дальнейшем привлекать брата/сестру к игре.

3. Позитивно оценивать действия ребенка в случае успешных результатов игры и морально поддерживать в случае неуспеха.

4. Объяснить первенцу, что младенец будет нуждаться в физическом уходе за ним со стороны родителей. Поэтому времени первенцу будут уделять меньше. Но любить будут его всегда не меньше.

5. Привлечь ребенка к выбору игрушек для малыша, спрашивая, какие игрушки нравились ему, когда он был младше по возрасту.

6. Объяснить старшему, как он сможет реагировать на крики младенца. Например, дать соску, покачать кроватку.

## А если возникла агрессия?

Не стоит заострять внимание ребенка на его переживаниях по поводу младенца, лучше найти время поговорить с ним о других вещах или заняться совместной деятельностью. Если слишком стараться проявлять свою любовь и объяснять старшему, как вы его цените, это только зародит сомнения и подозрение, что мама на самом деле оправдывается и, наверное, здесь что-то не так.

Очень важно вовремя заметить возможную агрессию старшего. Если ребенок вдруг начал выказывать злость, говорить, что он некрасивый, плакса, противный, нужно позволить ему выразить свои чувства и помочь в них разобраться, [считает](https://www.7ya.ru/article/My-s-toboj-odnoj-krovi/) психолог Наталия Кедрова. Может быть, старший разочарован тем, что никак не может поиграть с малышом, или ему стало жалко игрушку, а может, он по чему-нибудь соскучился.

**Как справиться:** если агрессия выражается в действиях, необходимо строго ограничить ребенка: «Ты можешь сердиться, можешь мне пожаловаться, но твое поведение недопустимо. Мы любим вас обоих и не хотим, чтобы кому-нибудь из вас было плохо». Важную поддержку для старшего ребенка может оказать папа, который при появлении новорожденного тоже на некоторое время отходит на второй план. Он в состоянии научить ребенка справляться с ситуацией: «Мама сейчас больше занята Машей/Ваней, но мы-то с тобой знаем, что нас она тоже любит. Просто ей сейчас очень трудно это показать».